

スナップエンドウのごま和え

材料(4人分)

スナップエンドウ

100g

人参

1/4本

白すりごま

小1

顆粒だし

小1/2

しょう油

小1弱

きび砂糖

小1

作り方

①人参は太めのせん切りにして、柔らかくなるまで茹でる。

②スナップエンドウは3等分位、斜めに切り、さっと茹でる。

③粗熱が取れたら、①②合わせた調味料とごまを加え、和えたら出来上がり！

